

10月練習計画表

	活動内容	時間	場所	備考
3(土)	選手コース(自主練習)	17:00~18:30	菅田公民館	指導者不在のため、通常コースはお休み
4(日)	選手コース(自主練習)	17:00~18:30	菅田公民館	16:00~自主練可
7(水)	選手コース	18:30~20:00	菅田公民館	
10(土)	通常コース 選手コース	16:30~17:30 17:45~19:15	菅田公民館	
11(日)	選手コース(自主練習)	17:00~18:30	菅田公民館	16:00~自主練可
14(水)	休み			陸上大会前日のため、お休み
17(土)	通常コース 選手コース	16:30~17:30 17:45~19:15	菅田公民館	
18(日)	選手コース(自主練習)	17:00~18:30	菅田公民館	16:00~自主練可
21(水)	休み			会場使用不可のため、お休み
24(土)	通常コース 選手コース	16:30~17:30 17:45~19:15	菅田公民館	
25(日)	選手コース(自主練習)	17:00~18:30	菅田公民館	16:00~自主練可
28(水)	選手コース	18:30~20:00	菅田公民館	
31(土)	休み			中四国ロープスキッピング選手権大会参加のため、休み

コロナウイルス感染症拡大防止のため、次のことに御協力ください。

【参加者の遵守事項】

- 参加前には検温、体調チェックを行うこと
- 以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせること
 - ・体調がよくない場合（例:発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合）
 - ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
 - ・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合
- マスクを持参すること（スポーツを行っていない際や会話をする際には マスクを着用すること）
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること

【今後の予定】

- 11月1日(日)…なわとび交流会(希望者)
- 11月22日、23日…なわとび教室(希望者)
- 12月12日(土)…親子なわとび教室(希望者)
- 12月19日(土)…クリスマス会(予定)
- 1月31日(日)…第6回愛媛県なわとび選手権大会への参加(希望者)